

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS REJOSARI**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**DELA NURKOMALASARI
NIM. P032114401052**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS REJOSARI**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

DELA NURKOMALASARI

NIM. P032114401052



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Dela Nurkomalasari
NIM : P032114401052
Tempat Tanggal Lahir: Sei Lambu Makmur, 23 Januari 2003
Alamat : Jalan Mangga, Desa Sei Lambu Makmur, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar, Riau

Nama Orang Tua

Ayah : Jajang Suhardi
Ibu : Ai Nuraeni

Riwayat Pendidikan

No	Jenis Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun Lulus
1.	TK Tunas Harapan	Sei Lambu Makmur	2009
2.	SDN 038	Sei Lambu Makmur	2015
3.	SMPN 2 Tapung	Muara Mahat Baru	2018
4.	SMAN 1 Bangkinang Kota	Bangkinang Kota	2021
5.	Poltekes Kemenkes Riau	Pekanbaru	2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dela Nurkomalasari
NIM : P032114401052
Program Studi : D3 Keperawatan
Institusi : Kemenkes Poltekkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 20 Mei 2024

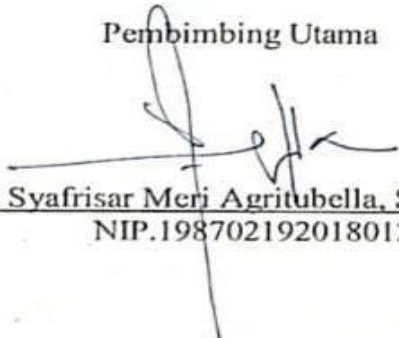
Pembuat Pernyataan



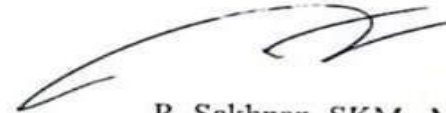
.....
Dela Nurkomalasari

Mengetahui:

Pembimbing Utama


Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep., M.Kep
NIP.198702192018012001

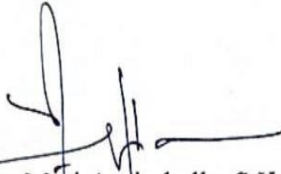
Pekanbaru, 20 Mei 2024
Pembimbing Pendamping


R. Sakhnan, SKM., M.Kes
NIP.096406091989031003

HALAMAN PERSETUJUAN

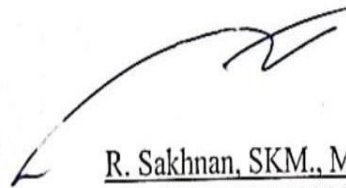
Karya Tulis Ilmiah oleh Dela Nurkomalasari NIM P032114401052 dengan judul
“Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk menurunkan Tekanan Darah
Pada pasien dengan hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari” telah
diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada seminar hasil Program Studi Diploma
Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau

Pembimbing Utama



Ns. Syafrisar Meri Aglitubella, S.Kep., M.Kep
NIP.198702192018012001

Pekanbaru, 20 Mei 2024
Pembimbing Pendamping



R. Sakhnan, SKM., M.Kes
NIP.096406091989031003

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Dela Nurkomalasari NIM P032114401052 dengan judul
"Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk menurunkan Tekanan Darah
Pada pasien dengan hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari" telah
dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan,
Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal
30 Mei 2024

Tim Penguji

Penguji Ketua : Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep., M.Kep

(.....)

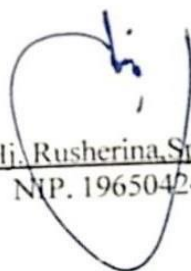
Penguji Anggota I : Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep

(.....)

Penguji Anggota II : Ns. Masnun, SST., S.Kep., M.Biomed

(.....)

Mengetahui Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Ns. Hj. Ruserina, Spd., S.Kep., M.Kes
NIP. 19650424198803200

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmatnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir Program di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Rully Hevrialni, SST, Bdn, M. Keb, MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Ibu Hj. Ns. Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes selaku Ketua Jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Idayanti, S.Pd., M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau.
4. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep, M.Kep, Selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga dengan penuh kesabaran dan tanggung jawab guna memberikan bimbingan serta petunjuk kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah hingga dapat menyelesaikan dengan baik.
5. Bapak R. Sakhnan, SKM., M.Kes, Selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga dengan penuh kesabaran dan tanggung jawab guna memberikan bimbingan serta petunjuk

kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah hingga dapat menyelesaikan dengan baik.

6. Ibu Mira Susmitha, SKM, selaku kepala Puskesmas Rejosari yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari.
7. Kedua orang tua Penulis Bapak Jajang Suhardi dan Ibu Ai Nuraeni yang selalu mendoakan dan senantiasa memberikan semangat serta dukungan kepada penulis.
8. Dan Seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 2021 Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Penulis Berharap semoga Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, 30 Mei 2024

Dela Nurkomalasari

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Subjek.....	5
1.4.2 Institusi Pendidikan	5
1.4.3 Penulis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Hipertensi	6
2.1.1 Definisi	6
2.1.2 Klasifikasi.....	6
2.1.3 Etiologi	7
2.1.4 Manifestasi Klinis	10
2.1.5 Patofisiologi	11
2.1.6 Komplikasi	11
2.1.7 Penatalaksanaan	12

	x
2.2 Konsep Relaksasi Nafas Dalam	13
2.2.1 Definisi	13
2.2.2 Mekanisme Kerja Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Tekanan Darah	13
2.2.3 Tujuan.....	14
2.2.4 Manfaat.....	15
2.2.5 Indikasi	15
2.2.6 Kontraindikasi	15
2.2.7 Standar Prosedur Operasional	15
BAB 3 METODE PENELITIAN	17
3.1 Rancangan Penelitian	17
3.2 Subjek Penelitian.....	17
3.2.1 Kriteria Inklusi	17
3.2.2 Kriteria Eksklusi.....	18
3.3 Fokus Study.....	18
3.4 Definisi Operasional.....	18
3.5 Instrumen Penelitian.....	19
3.6 Tempat dan Waktu Penelitian	19
3.7 Pengumpulan Data	19
3.8 Penyajian Data.....	20
3.9 Etika Penelitian	20
BAB 4 HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	22
4.1. Hasil Studi Kasus	22
4.1.1. Gambaran Lokasi Penelitian	22
4.1.2. Gambaran Subjek Studi Kasus	23
4.1.3. Pemaparan Fokus Studi	24
4.2. Pembahasan	26
4.3. Keterbatasan Studi Kasus	28
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	29
5.1 Kesimpulan.....	29
5.2 Saran.....	29
DAFTAR PUSTAKA	31

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	6
Tabel 4.1 Tabel Observasi Tekanan Darah Sebelum (Pre) dan Sesudah (Post) Diberikan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Selama 7 Menit.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Formulir Penentuan judul Karya Tulis Ilmiah.....	33
Lampiran 2 Formulir Kesiediaan Pembimbing 1	34
Lampiran 3 Formulir Kesiediaan Pembimbing 2	35
Lampiran 4 Formulir Kegiatan Bimbingan Pembimbing 1	36
Lampiran 5 Formulir Kegiatan bimbingan Pembimbing 2	40
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	41
Lampiran 7 Surat Keterangan Penelitian	44
Lampiran 8 Data Penderita Hipertensi	45
Lampiran 9 SPO.....	46
Lampiran 10 Lembar Observasi Tekanan Darah	48
Lampiran 11 <i>Informed consent</i>	49
Lampiran 12 Lembar Revisi Penguji 1	51
Lampiran 13 Lembar Revisi Penguji 2	52
Lampiran 14 Lembar Persetujuan Seminar Proposal.....	53
Lampiran 15 Halaman Pengesahan Proposal Karya Tulis Ilmiah.....	54
Lampiran 16 Form Permohonan Pengajuan Kaji Etik	55
Lampiran 17 Surat Keterangan Lolos Kaji Etik.....	56
Lampiran 18 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari.....	57
Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian.....	58